ROK VI
Nr. 21.

Listopad 1

Opłata uiszczona ryczałtem
Cena 70 gr.



MŁODA MATKA





DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

Dzieci nerwowe.

VIII.

Jedną z najbardziej charakterystycznych cech dziecka nerwowego jest upór, upór, który najczęściej przejawia się dwoma bardzo dosadnemi wyrazami: „ja chcę".

Niestety, wielu jeszcze z pośród rodziców — matek czy ojców — uważa to „ja chcę" za przejaw nie oporu, a woli: dziecko, w ich mniemaniu, posiada już swoje własne żądania, swój własny kąt widzenia na pewne sprawy, którego nie chce się zrzec za żadne skarby. „„Chcę" i „chcę" i niczem mu wyperswadować tego „chcenia" nie można.

Tak było z bębnieniem Krysi, z niestosowną zabawą Kazia, który nie reagował na prośby matki, tak jest w tysiącach podobnych wypadków.

Ale, proszę Szanownych Pań, to bynajmniej nie jest przejawem woli— to jest tylko upór, upór, który za wszelką cenę należy w dziecku zwalczać. Woli dziecko posiadać jeszcze nie może; wola, jako cecha życia psychicznego, może być wynikiem bardzo skomplikowanej pracy mózgu już zupełnie dojrzałego; dziecko może zaledwie coś chcieć, lub czegoś nie chcieć; jeżeli mimo mniej lub więcej udatnych perswazji to „chcenie" lub „niechcenie" trwa w niem nadal, to to jest jedynie tylko zwykłym uporem.

I co z tym uporem uczynić, jak wykorzenić z dziecka tę istotnie brzydką cechę jego charakteru, tak bardzo dającą się we znaki otoczeniu i tak wielce zaważającą na dalszym rozwoju jego psychiki.

Jeżeli przypomnimy sobie ostatnie słowa z mego poprzedniego artykułu, słowa, które kiedyś wypowiedział Williame James, to, źle je zrozumiawszy, nie poprawimy sprawy i dziecko pozostanie nadal uparte, jak było.

Wyobraźmy sobie taki np. obrazek. Jest godzina wieczorna; dzieci bawią się w najlepsze, ani słysząc, ani widząc, co się dokoła nich dzieje. I raptem, w tę radosną zabawę wpada głośny okrzyk matki: „Czas spać, natychmiast chować zabawki i iść do sypialni".

Mój Boże, tak było miło; jeszcze małą chwileczkę, minutkę.

Po minucie zapomnieli już o wezwaniu, bawią się w najlepsze. Wtem głos ponowny, jeszcze ostrzejszy, niż poprzednio: „Słyszeliście, czy nie, co ja powiedziałam. Natychmiast spać. Co to za nieposłuszeństwo"!

A teraz wyobraźmy sobie ten obrazek, ale nieco inaczej namalowany.

Znowu jest czas „do spania". I znowu dzieci się bawią. Ale głos nawołujący ich do łóżeczka jest nieco więcej miękki, choć zupełnie stanowczy: Dziatki, za pięć minut jedziemy do łóżeczek, proszę przygotować się do wyjazdu", a w pięć minut potem: „Odjazd do pięknego miasta, co się nazywa Sen, proszę kupować bilety, pociąg już na stacji, za chwilę odchodzi, śpieszcie się"!

Albo ten Kazio, który (przypominają sobie Szanowne Panie z któregoś z innych pierwszych artykułów), tak długo bałamucił przy jedzeniu, na którego nie wpływały ani perswazje, ani porównania z innemi „grzecznemi" dziećmi, ani gniewy, ten Kazio nauczył się jeść szybko dzięki prostemu, nieskomplikowanemu zabiegowi. Przypominam, że Kazio jadł zupę dobre pół godziny, gdy wszyscy już kończyli obiad, on był zaledwie w połowie talerza.

„Kaziu, dzisiaj będziemy łowili rybki, tylko trzeba się śpieszyć, bo rybki uciekają; będziemy liczyli, wiele nam się uda ich złowić, zanim Krysia skończy zupę. Chaps — o, jaka śliczna płoteczka, prędzej do buzi, bo ucieknie; chaps — znowu płotka". A potem idą okonie, karasie, sandacze. Nałapaliśmy coś piętnaście czy osiemnaście ślicznych rybek i to w tak krótkim czasie: istotnie Krysia ma na talerzu jeszcze ze 3 łyżki zupy.

A dawniej było: „nie mogę, nie umiem tak prędko — zupa za gorąca, z łyżki się wylewa, przełknąć tak szybko nie potrafię". Jednem słowem: nie i nie.

Jeżeli dzieci nasze są uparte, to, niestety, w dużej mierze wina za to spada na nas samych: za naszą niewyrozumiałość z jednej strony, z drugiej — za nieracjonalność w postępowaniu.

Nie mamy prawa odrywać dziecka od miłej zabawy, przerywając ją bez żadnych przygotowań, bez jakiegoś wstępu, w czasie którego umysł dziecka może się już z myślą o jej końcu pogodzić.

Nie możemy żądać, aby dziecko, wyrwane raptownie z grona współtowarzyszy, bez uprzedzenia i w dodatku ostrym, mocnym głosem, z chęcią i radością podporządkowało się naszemu nakazowi.

A z drugiej strony nie możemy pozwalać na zabawę jedynie tylko dlatego, że chce tego dziecko. Każdy więcej inteligentny chłopiec czy dziewczynka czuje dobrze, kiedy zabrania się im czegoś dlatego, że tak musi być istotnie lub kiedy ten zakaz jest tylko i tylko wynikiem naszego osobistego niehumoru.

I wówczas w dziecku, zwłaszcza dziecku nerwowem, zaczyna rodzić się krytyka, która prowadzi w rezultacie do własnego „chcenia", które ostatecznie przeradza się w tak przykry u niego upór.

Cały sekret, na którym oprzeć się winny zasady rozwoju woli u dziecka, powinien polegać na tem, aby nie dopuścić do tego, by dziecko stało się niewolnikiem swych „chceń" — zachcianek, jak to najczęściej właśnie bywa z dziećmi „nieposłusznemi", lecz tak pokierować całą jego umysłowością, aby jego czyny, postępowanie, zabawy i stosunek do wszystkiego, co się dokoła niego dzieje, były wynikiem jego istotnych, realnych pragnień i pożądań.

Dr. M. Gromski.



Odżywianie wcześniaków.

Noworodki, urodzone przed upływem normalnego okresu ciąży, nazywamy wcześniakami. Praktycznie biorąc, do tej grupy niemowląt można zaliczyć także noworodki, urodzone wprawdzie na czas, ale z tego lub innego powodu drobne, słabe i wątłe.

Wątłe te istoty wymagają nieraz wielu trudów i specjalnej pielęgnacji dla utrzymania ich przy życiu i zapewnienia dalszego rozwoju. W tej chwili zajmuje nas jedynie sprawa odżywiania wcześniaków.

Jak wiadomo, dla niemowląt czasowych, silnych i zdrowych obowiązują pewne normy żywienia, od których nie należy odstępować w obawie przed zaburzeniami żołądkowo-jelitowemi. Jednak normy te nie dadzą się zastosować do wcześniaków.

Donoszone, silne niemowlę, już drugiego lub trzeciego dnia po urodzeniu, samo zaczyna głośnym krzykiem dopominać się o jedzenie; przystawione do piersi, ssie odrazu doskonale, pobudzając w ten sposób normalny przypływ pokarmu do piersi. Noworodek taki nie pozwoli łatwo zagłodzić się. Natomiast wcześniak, słaby i apatyczny, ledwie kwilący, nie zdradza swej aktywności w stosunku do świata zewnętrznego. Albo wcale nie umie ssać (a nawet łykać), albo nie ma ku temu siły i po paru pociągnięciach brodawki sutkowej wyczerpuje się. W razie nawet obfitej ilości pokarmu w piersi, nie potrafi z niej prawie nic wydostać; jeżeli pierś jest twarda, lub pokarmu w niej mało, nie może wcześniak przyczynić się do pobudzenia czynności gruczołu mlecznego i „wyrobienia" pokarmu. W ten sposób łatwo dochodzi do zagłodzenia dziecka i do utraty pokarmu u matki. A trzeba pamiętać, że wcześniak potrzebuje stosunkowo do swej

wagi więcej pokarmu, niż noworodek donoszony.

Aby skutecznie odżywiać wcześniaka, musimy podawać mu odstrzyknięty pokarm matki zapomocą łyżeczki, później z flaszki.

Nieco silniejsze wcześniaki dość szybko nauczają się pić z flaszki, natomiast ssanie z piersi stanowi dla nich zbyt wyczerpujący wysiłek i dopiero po osiągnięciu przez wcześniaka wagi, zbliżonej do wagi normalnego noworodka, zaczyna on ssać naprawdę. Pomimo podawania pokarmu odstrzykniętego, należy systematycznie na początku karmienia przystawiać go na parę minut do piersi w celu przyzwyczajenia i skontrolowania postępów. W międzyczasie należy dbać o dokładne opróżnianie piersi zapomocą odciągaczki, aby uniknąć stopniowego zaniku pokarmu.

Zwykle obowiązujące żywienie niemowlęcia 6 razy na dobę w stosunku do wcześniaków jest niewystarczające, a odstępy trzygodzinne pomiędzy karmieniami są zbyt długie. Wcześniakom musimy podawać jedzenie 8—10 razy na dobę, w odstępach dwugodzinnych. Podaje się początkowo dawki pokarmu małe, wynoszące 10—20 grm. na porcję i stopniowo powiększa się je, kierując się wagą noworodka, zachowaniem się jego, ciepłotą ciała, barwą i elastycznością skóry, charakterem wypróżnień i t. p.

Wcześniaki powinny być żywione pokarmem naturalnym; wtedy mają najwięcej szans na utrzymanie się przy życiu i dobry rozwój. Niezłe wyniki mogą być także czasami otrzymane przy żywieniu mieszanem, szczególnie przy kombinacji pokarmu i maślanki. Natomiast wyłącznie sztuczny pokarm znoszą one b. źle, a każde zaburzenie w trawieniu i przyswajaniu pokarmu odbija się na ich stanie w sposób bardziej groźny, niż u noworodków donoszonych. Stąd też próby żywienia wcześniaków powinny odbywać się pod kontrolą lekarza.

Dr. Jerzy Wiszniewski.

Czy i jak dalece możemy poprawić niedostateczny wzrost dzieci.

Utarło się powszechne niemal przekonanie, że człowiekowi zbyt małego wzrostu trudniej jest przebijać się przez życie, że walka z przeciwnościami, przeszkodami, zaporami, jakie to życie nastręcza, jest dla niego mniej łatwa. Przeświadczenie takie nie jest słuszne na całej linji, w niektórych jednak wypadkach ma pewną dozę racji. Pojęcie o urodzie człowieka ściśle również kojarzy się z pojęciem dostatecznego wzrostu.

Nic też dziwnego, że troska rodziców o zdrowie swego dziecka, o jego zalety zewnętrzne obejmuje także obawę o to, czy to dziecko nie będzie zbyt małego wzrostu, kiedy stanie się człowiekiem dorosłym.

Rodzice małego wzrostu pragnęliby, aby ich dziecko — córka przewyż-

szyła w wieku dorosłym matkę, a syn ojca. Rodzice zaś o wzroście, nie pozostawiającym nic do życzenia, martwią się, jeżeli zauważą, że dziecko ich rośnie zbyt powolnie w porównaniu z innemi dziećmi w tym samym wieku.

Często więc lekarze są zapytywani, czy niema na to rady, żeby poprawić, zapewnić lepszy wzrost swemu dziecku, które wydłuża się zbyt powolnie.

Na zagadnienie to, czy można i w jakiej mierze wpłynąć na niedostateczny wzrost u dzieci, pragnę rzucić promyk światła w niniejszym artykule.

Zagadnieniem tem zajmowali się liczni badacze, którzy przeprowadzali odpowiednie doświadczenia na zwierzętach. Doświadczenia te dowiodły, że istnieje cały szereg czynników, które podniecająco, bądź hamująco działają na wzrost zwierząt, a zatem i ludzi. Dopiero w ostatecznym wyniku działania tych wszystkich czynników odbywa się rozrost i wzrost, czyli wydłużanie się ciała zwierząt i ludzi. Czynniki te są podporządkowane pewnym prawom, których wiedza ludzka w całości nie mogła jeszcze zgłębić.

Stąd też rola nasza w oddziaływaniu na wzrost człowieka jest jeszcze bardzo ograniczona, w przypadkach jednakże zbyt powolnego wzrostu u dzieci rąk nie opuszczamy.

Poszukujemy przedewszystkiem, czy przyczyna niedostatecznego wzrostu nie jest związana z jakąś chorobą gruczołów wewnętrznego wydzielania, które, jak wiemy, w pierwszym rzędzie regulują nasz wzrost. Wówczas tę chorobę leczymy przez podawanie odpowiednich preparatów gruczołowych. Jeżeli zaś przyczyna zbyt powolnego wzrostu nie da się ustalić, to wtenczas uciekamy się do arsenału bodźców zewnętrznych, zapomocą których pośrednio prawdopodobnie również wpływamy na gruczoły dokrewne.

A zatem dziecko takie musi być wychowywane w warunkach higjenicznych w najszerszem tego słowa znaczeniu. To higjeniczne wychowanie możnaby było streścić w paru słowach: całkowite i rozległe wykorzystanie tych dobroczynnych darów natury, jakiemi są: słońce, woda i powietrze. W urozmaiconym jadłospisie podajemy pokarmy bogate w witaminy. W odpowiedniej porze roku stosujemy w razie potrzeby sztuczne światło, a we właściwym wieku odpowiednie ćwiczenia gimnastyczne. Takie różnorodne, celowe wysiłki, mające na celu podniesienie wzrostu, mogą nie dać pomyślnych wyników zbyt szybko, widzimy je jednak często później.

Zdarza się nierzadko, że niektóre dzieci, ku zmartwieniu rodziców, rosną opieszale w wieku przedszkolnym, ale zato w tempie przyśpieszonem rosną w wieku szkolnym lub pozaszkolnym. Naturalnie, mowa tu o dzieciach, które już przekroczyły wiek niemowlęcy, bo wtedy właśnie powolne wydłużanie się ich ciała rzuca się rodzicom w oczy.

W okresie niemowlęctwa musimy wydać walkę temu czynnikowi, który ponad wszelką wątpliwość działa na wzrost dziecka hamująco. Mam tu na myśli krzywicę, czyli angielską chorobę, która u wielu dzieci zaczyna się

już w pierwszych miesiącach życia, a która może przybrać duże rozmiary, o ile temu skutecznie nie przeciwdziałamy.

Wyliczę więc tu znowu szereg wskazań, tak często głoszonych na łamach „Młodej Matki". A zatem czystość i higjena, częste przewietrzanie mieszkania, dłuższe przebywanie z dzieckiem na słońcu i świeżem powietrzu, karmienie dziecka w pierwszym roku pokarmem naturalnym, podawanie dziecku soków i jarzyn we właściwym czasie, racjonalne dokarmianie dziecka w drugiem półroczu życia. W razie potrzeby korzystamy z tranu, względnie z preparatów witaminy przeciwkrzywiczej.

Pewnych, wypróbowanych, niezawodnych środków celem poprawy, przyśpieszenia wzrostu u dzieci nie mamy, akcja jednak zapobiegawcza w wieku niemowlęcym oraz ustawiczne, niezmordowane wysiłki, o których była mowa wyżej, w przypadkach opieszałego wzrostu, są często uwieńczone pomyślnym skutkiem.

Dr. St. Średnicki.



O celowości prowadzenia dziennika dziecka.

Mała, trzyletnia Wandeczka zaczyna się nudzić. Tyle już nabazgrała w swoim kajecie, już pobawiła się z kotkiem, już zrobiła przegląd swoich zabawek. Nie ma co robić. Przypomina też sobie o swoim dzienniczku. Pędzi więc do mamusi i prosi, aby zechciała przejrzeć z nią ten dzienniczek. Mamusia niezbyt skwapliwie zgadza się na to, tłumaczy jej, że tyle już razy oglądały wspólnie ten dzienniczek, ale potęga zalotnych, filuternych, a tak umiejących prosić ocząt małej pupilki, zniewala mamusię do porzucenia szydełkowej roboty i do udania się po dzienniczek Wandeczki.

W dolnej szufladzie w biurku leży starannie, z pieczołowitością przechowywany gruby zeszyt, którego część stronic jest już zapisana ważniejszemi wydarzeniami z życia małej Wandeczki. Wydarzeń tych zebrało się sporo w ciągu trzech lat życia; są one skrzętnie zanotowane w kolejności co do czasu w postaci krótkich wzmianek, dłuższych bądź krótszych opisów, w zależności od wagi wydarzenia.

Na niektórych stronicach są przyklejone maleńkie zdjęcia, przedstawiające rozmaite etapy fizycznego rozwoju maleńkiej Wandeczki. Wandeczka długo przygląda się swoim fotografjom na odpowiednio dobranem tle. W związku z tem zadaje swojej mamusi mnóstwo pytań i niecierpliwie oczekuje na odpowiedzi. Pytania te były już zadawane dziesiątki razy

przedtem, podczas poprzednich przeglądów, ale mamusia z wyrozumiałością, cierpliwie i ze spokojem udziela jej wyjaśnień, jakby to robiła po raz pierwszy.

Na pierwszej stronicy dzienniczka wpisana jest waga dziecka zaraz po urodzeniu. Dalej jest wzmianka o żółtaczce, która zjawiła się zaraz po urodzeniu Wandeczki i trwała około 10 dni. Znajdujemy tam również pod odpowiednią datą wzmiankę o pierwszym uśmiechu dziecka, o chwytaniu rączkami przedmiotów, o podnoszeniu główki, o gaworzeniu, o siadaniu, o pierwszym ząbku i t. d.

Pierwszą stronicę ozdabiają dwie odbitki fotograficzne: na jednej odbitce widzimy maleńką Wandeczkę, śpiącą w łóżeczku w trzecim tygodniu życia, na drugiej zaś Wandeczka radośnie uśmiechnięta siedzi już w łóżeczku o własnych siłach, mając ukończonych 5 miesięcy.

Na następnych stronicach są również wpisane co ważniejsze wypadki z życia małej córeczki. Mamy tam zatem notatki o początku chodzenia, o kolejnem zjawianiu się ząbków, o wymawianiu poszczególnych wyrazów, zdań i t. p. Co pewien czas Wandeczka jest ważona i waga jest zapisana do dzienniczka.

Są tam również zanotowane choroby, jakie Wandeczka przechodziła: a więc zwykłe niedomagania, kaszel, katar, rozwolnienie, brak apetytu, albo choroby zakaźne, jako to: koklusz, odra, ospa wietrzna. Dłuższy ustęp jest poświęcony opisowi konwulsyj, które Wandeczka miała kilkakrotnie w okresie wiosennym na początku drugiego roku życia. Te napady konwulsyj tyle wniosły niepokoju do domu młodych rodziców; myślano, że już lada chwila dziecko umrze. Wezwany lekarz nazwał tę chorobę tężyczką. Po przeprowadzeniu odpowiedniego leczenia napady te na szczęście ustąpiły.

Długi również ustęp jest poświęcony opisowi strasznej trwogi, jaką przeżyli rodzice Wandeczki z powodu połknięcia przez nią odłamka szkła z kieliszka. Trzy dni niepokoju i trzy dni oczekiwania; nareszcie szkło niezmienione wyszło z kiszki stolcowej wraz z wypróżnieniem, nie wyrządziwszy małej psotnicy żadnej szkody. Ten kawałek szkła jest przez mamusię odrysowany w dzienniczku

Na każdej niemal stronicy jest przyklejone jedno lub kilka okolicznościowych zdjęć fotograficznych, na których widzimy bohaterkę dzienniczka, Wandeczkę.

Za lat kilkanaście, gdy Wandeczka będzie duża i będzie dobrze umiała pisać, to może zechce nadal wpisywać do dzienniczka swoje ważniejsze wydarzenia i wrażenia życiowe. A może tak nieraz przesiedzi nad swoim dzienniczkiem przez długie kwadranse lub godziny i tak przemyśli, przetrawi pewne wyłaniające się zagadnienia życiowe i swoje zapatrywania bądź wątpliwości przeleje na papier w dzienniku. A może nie zechce, nie będzie miała czasu na to. Tak, czy owak, taki dzienniczek, prowadzony chociażby tylko przez mamusię, może być pożyteczny, nawet dla lekarza, a zarazem będzie stanowić bardzo miłą pamiątkę.

Dr. St. Śr.

Do młodej matki.

Dziecko mówi:

Wiem — gwiazdką będę na niebie,
Cudem czy dziwem dalekiem,
Skarbem, pieszczotką dla Ciebie,
Lecz zrób mnie także... człowiekiem!

Józefa Gażyńska.

Bertrand Russel o wychowaniu.

III. Wychowanie niemowlęcia.

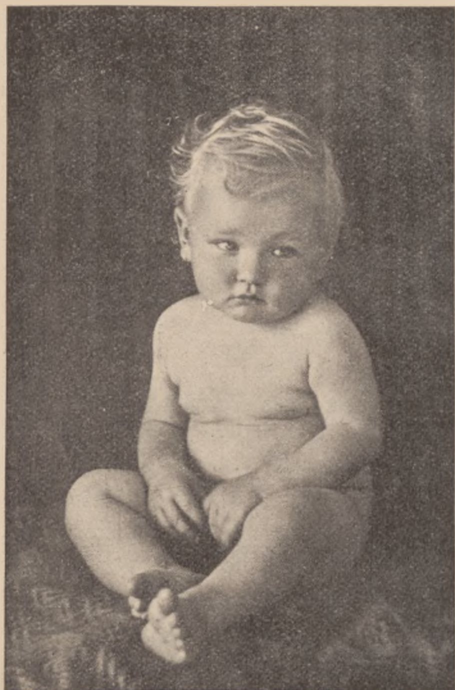
I-szy rok życia [1]).

Niewątpliwie, większość matek dowie się ze zdumieniem z książki Russella, że *wychowywać dziecko można i trzeba od najpierwszych dni jego życia.* Opinja ogółu — i to nawet tak zwanego ogółu wykształconego — sądzi bowiem, że niemowlęciu wystarcza całkowicie opieka czysto fizyczna, wyłącznie nad dobrem jego ciałka; oto dbać trzeba, by było suche, zabezpieczone od zmian temperatury, karmione z wielką punktualnością, pozostawione w ciszy i spokoju. Lecz wychowywać duszę, kształcić charakter parotygodniowego brzdąca!

Tymczasem, chwilą odpowiednią do rozpoczęcia należytych ćwiczeń moralnych ku urobieniu charakteru dziecka jest chwila jego narodzin, gdyż tylko wtedy wysiłki nasze nie zawiodą oczekiwań. Jeśli zaś ćwiczenia nad urabianiem charakteru dziecka rozpoczną się później, będą musiały walczyć z przeciwnemi zupełnie przyzwyczajeniami, nabytemi już przez dziecko, i wobec tego spotkają się z urazą i oburzeniem dziecka.

Naczelnemi hasłami, pod któremi matka powinna przystąpić do wychowywania swego dziecka, to: 1° *Traktuj najmłodsze nawet niemowlę z szacunkiem, jako osobę, która ma zająć pewne miejsce na świecie;* 2° *Pamiętaj, że dziecko uczy się więcej przez pierwsze dwanaście miesięcy życia, niż się nauczy kiedykolwiek później w ciągu takiego samego okresu życia;* 3° *Celem naszym w wychowaniu nowoczesnem jest zredukowanie przymusu zewnętrznego do minimum; ale*

[1]) Patrz poprzednie artykuły autorki w Nr. Nr. 9. i 11 „Młodej Matki".



wymaga to dyscypliny wewnętrznej wobec samego siebie, którą osiąga się o wiele łatwiej w pierwszym roku życia, niż kiedykolwiek później; 4° *Jeśli chcesz iść słuszną drogą, łącz zawsze przy wychowaniu dziecka wiedzę z miłością.*

Zbadajmy więc przedewszystkiem, co mówi o niemowlęciu wiedza!

Przyzwyczajenia. Oto niemowlę z zadziwiającą szybkością nabywa przyzwyczajeń. A każde nabyte złe przyzwyczajenie stanowi później zaporę i przeszkodę dla przyzwyczajeń lepszych. Jeśli zaś pierwsze przyzwyczajenia dziecka są dobre, uwalnia to później od ogromnych kłopotów; zwłaszcza, że przyzwyczajenia, nabyte bardzo wcześnie, odczuwa się w życiu późniejszem zupełnie tak samo, jak najpierwotniejsze, wrodzone człowiekowi instynkty i tkwią one w całem jestestwie człowieka równie silnie.

Przyzwyczajenia,! nabywane później, nie mają już tej samej siły. *Stąd jest rzeczą tak niesłychanie ważną formowanie się przyzwyczajeń w najwcześniejszem dzieciństwie. Stąd też przyzwyczajenia najpierwszych kilkunastu miesięcy życia powinny być przedmiotem specjalnej troski matki.*

Kształtowanie się przyzwyczajeń. Gdy badamy kształtowanie się przyzwyczajeń w niemowlęctwie, to musimy wziąć pod uwagę dwie rzeczy. Pierwszą i ważniejszą z nich jest zdrowie dziecka; drugą jest jego charakter.

Rozumna matka pragnie, by z jej dziecka wyrósł człowiek zdrowy, lecz chce również, by był to człowiek, który będzie lubiany i który będzie umiał poradzić sobie w życiu. Na szczęście, zdrowie i charakter idą z sobą w pa-



rze; co sprzyja jednemu z nich — sprzyja i drugiemu. Nie stajemy zatem wobec trudnego wyboru: zdrowy łajdak czy schorzały święty (jak to było, naprzykład, poniekąd w średniowieczu).

Przeciwnie, wszystkie zdobycze współczesnej medycyny i współczesnej psychologji potwierdzają coraz mocniej na każdym kroku słuszność hasła: zdrowy duch w zdrowem ciele.

Dbajmy więc jak najtroskliwiej o zdrowie dziecka, gdyż należyte funkcjonowanie organizmu dziecka, właściwa tegoż sprawność jest również jak najbardziej pożądane z punktu widzenia wychowania moralnego dziecka.

Zdrowie ciała i ducha dziecka. W trosce o zrowie ciała i ducha dziecka kierujemy się wytycznemi następującemi.

1° Trzeba czynić wszystko, co jest konieczne dla zdrowia dziecka, lecz, pielęgnując niemowlę, trzeba umieć zachować subtelną równowagę w naszej trosce o niego, w przeciwnym razie — w trosce o zdrowie — wypaczymy mu charakter. A więc, trzeba dziecko zabrać, gdy mu wiatr dokucza, trzeba je trzymać sucho i ciepło. Lecz, jeśli płacze bez dostatecznej fizycznej przyczyny, trzeba je pozostawić samemu sobie; inaczej rozwinie się szybko w tyrana. Dzieci bobiem są o wiele bardziej chytre, niż to się wydaje dorosłym. Jeśli widzą, że płacz ich wywołuje przyjemne następstwa, że podporządkowują sobie tą drogą czas i wolę dorosłych, że uzyskują spełnienie tym sposobem każdego swego kaprysu, — będą płakały. Umiejętność utrzymania tej subtelnej równowagi między najczulszą troską o dziecko, a szkodliwem rozpieszczaniem go, stanowi bodaj największą trudność w wychowaniu małych dzieci.



2° Gdy się dogląda niemowlę, nie należy robić z tego wielkich rzeczy: trzeba zrobić to, co jest konieczne, ale bez nadmiernych objawów czułości i sympatji. (Niektóre matki, naprzykład, z każdej najnaturalniejszej funkcji dziecka, jak załatwienie się, jedzenie, mycie, robią ceremonjał na dom cały, oznajmiając o tem wszystkim wokół, przemawiając do dziecka o spełnianej przezeń funkcji najczulszemi słowy i t. p.). Tą bowiem drogą wpajamy w dziecko wynaturzone poczucie ważności jego własnej osoby. Narażamy charakter dziecka na bardzo ciężkie próby w życiu dalszem. D a n e dziecko jest bowiem czemś niezmiernie ważnem, nieraz

najważniejszem na świecie, lecz tylko dla oddanych mu rodziców; w życiu późniejszem jego otoczenie towarzyskie nie będzie patrzyło na niego tak tkliwie i przyzwyczajenie uważania siebie za centrum świata doprowadzi je do rozczarowania i wykolejenia. Nie należy więc przyczyniać się do wmawiania w dziecko poczucia wżności jego osoby przez okazywanie, że zależy nam na tem, by spało, jadło lub załatwiało się, jak należy. Nie należy pozwalać nigdy na to. by dziecko myślało, że konieczna i normalna czynność, jak jedzenie (które powinno być przyjemnością), jest czemś, na czem nam zależy, i że chcemy, by jadło dla naszej przyjemności. Jeżeli będziemy na to pozwalać, dziecko zorjentuje się szybko, że zdobyło nowe narzędzie władzy nad nami, będzie oczekiwało namawiania dc czynności, które powinny być samorzutne. Już niemowlę ma zupełnie dość inteligencji na to, by się tak zachować.

3° Systematyczność i regularność są rzeczami jak największej wagi w pierwszym roku życia. Jeśli chodzi o sen, jedzenie i wypróżnienie, jaknajbardziej regularne przyzwyczajenia powinny być wdrażane od samego początku. Jest to niezmiernie potrzebne zarówno ze względu na prawidłowe funkcjonowanie organizmu dziecka, jak i na jego psychikę. Dla umysłu dziecka jest bowiem rzeczą bardzo ważną, by miało ono poczucie stałości warunków, w których żyje. To wytwarza w nim poczucie bezpieczeństwa. W późniejszym okresie dzieciństwa rozwija się zamiłowanie do przygód, ale w I-ym roku życia, wszystko, co niezwykłe, jest żródłem niepokoju.

4° Rozrywki, jakie dostarczają dziecku dorośli (śpiewanie, kołysanie, tulenie, zabawianie i t. p.) powinny być utrzymane w jak najmniejszych rozmiarach. Należy natomiast popierać w najwyższym stopniu te, którym dziecko może oddawać się samo. Od początku powinno mieć ono okazję do wierzgania i ćwiczenia swych mięśni. Trzeba dać dziecku tylko możność rozwoju, a już własny jego wysiłek uczyni resztę. Chęć uczenia się jest bowiem w niemowlęciu tak silna, że rodzice muszą mu jedynie dostarczać okazji po temu. Nie trzeba uczyć dziecka pełzania, chodzenia ani żadnej innej czynności z dziedziny elementarnego opanowania mięśni. Dzieci uczą się swem własnem tempem i błędem jest forsować je tutaj. Uczymy się bowiem zawsze zasadniczo tylko tem, co robimy sami. Oczywiście, trudności, które dziecko napotyka na swej drodze, nie powinny być ani tak wielkie, by wywoływać zniechęcenie, ani tak małe, by wogóle nie pobudzać do wysiłku. Jest to zasada podstawowa i obowiązuje od urodzenia, aż do śmierci.

5° Jak tylko można, należy zapobiegać, by dziecko nie odczuwało nigdy strachu. Nawet jeżeli jest ciężko chore i niepokoimy się o nie bardzo, ukryć trzeba swój niepokój wielce starannie, aby nin udzielić dziecku tego uczucia. Strach jest bowiem tym czynnikiem. który najstraszliwiej wypacza do gruntu całyucharakter człowieka.

To też walce z powstawaniem uczucia strachu w życiu dziecka poświęca Russel dużo miejsca. A i my poświęcimy temu całą następną pogadankę.

Janina Ryngmanowa.

Wycieczka w krainę piękna, zasługi i pamiątek[1]).

Dla dzieci w wieku przedszkolnym nie urządza się na cmentarze specjalnych wycieczek, celem zapoznania ich z dziełami sztuki, zabytkami historycznemi; nie opowiada im się dziejów cmentarzy wogóle, czy danego tylko — to przedwczesne, ale niejedno dziecko bierzemy tam ze sobą, żeby na grobie nieznanego im Dziadunia czy Babci położyło wieniec w dzień Imienin czy rocznicę śmierci, żeby zobaczyło, jak ślicznie wygląda cmentarz w Dzień Zaduszny, kiedy to usypano go piaskiem, zielenią! Jakie tam kwiaty i jakie światełka po mogiłach!

Inna rzecz, że są dzieci, które tam mają Tatusia, Brata - Opiekuna czy mamusię...

Goszcząc chwilowo czy przejazdem w Warszawie, ileż to osób z prowincji zachodzi na Powązki. Zabiera nieraz i dziecko, bo przecież cmentarz stołeczny taki piękny, choć nie ma tam ono nikogo.

O, nie! ma tam Dziadusia drogiego, męża wielkiego, z którym je serdeczne nici wiążą. Myślę tu o Stanisławie Jachowiczu, bajkopisarzu i pedagogu. Któreż z najmłodszych nie zna jego „Chorego kotka", co to do niego „przyszedł pan doktór i dziwy mu prawi"; które nie śmieje się serdecznie, kiedy mamusia czy niania dochodzi do miejsca, jak to „wziął za puls pan doktór *poważnie* chorego", czy jak mały koteczek zapytuje nieśmiało: „A myszki nie można?" lub „z ptaszka małego choć parę udeczek?" Ignalek czy Wicunio, który po Imieninach u Cioci Maryni świeżo miał do czynienia z olejem rycynowym czy rabarbarum, rozumie już dobrze słowa wielkiego nauczyciela: „Od łakomstwa strzeż was, Boże!" i „tak się i z wami, dziateczki, stać może": położą obżartucha bez apelacji do łóżeczka.

Od Jachowicza to dowiedział się przecież, że „kulawego kotka" trącać nie należy i że „Staś na sukni zrobił plamę", ale bywają inne, gorsze, których się „nie wypierze"; że pieski bywają też bezdomne, a jeśli kto takiego biedaak przygarnie, to i on potrafi swoją wdzięczność okazać, będzie „wiernym sługą". A ileż dzieci umie te wierszyki na pamięć!

Grób Jachowicza znajduje się w szeregu przed katakumbami (od strony ulicy Powązkowskiej) przy filarze 8. Niezbyt wielki. Popiersie—płaskorzeźba z białego marmuru, pięknej roboty Bolesława Syrewicza. Pod niem wiersz:

„Czysty życiem, co go wiodło
„Wśród burz świata i zamieci,
„Chrystusowe przyjął godło
„Ojca wszystkich biednych dzieci".

[1]) Redakcja stoi na stanowisku, że małych dzieci raczej nie należałoby prowadzić na cmentarz.

I napis: „Stanisławowi Jachowiczowi, Opiekunowi Sierot, Rodacy".

Poniżej tablica, również z białego marmuru, głosi:

„Jego rodziną był kraj cały jego,
„Dziećmi wszystkie dzieci polskie,
„Jego dobrem było dobro braci
[biedniejszey:
„On się uszczęśliwiał szczęściem
[drugich.

„Urodził się w Dzikowie (w Galicyi) d. 17 kwietnia 1796 r. Umarł w Warszawie d. 24 grudnia 1857 r.".

Tak, odwiedziny najmłodszej już dziatwy polskiej należą się Jachowiczowi!

Siedmiolatków nie uczy się na pomnikach rozróżniania stylów w architekturze i rzeźbie: które z grobowców neogotyckie, a które pseudoromańskie czy renesansowe; nie mówi się im, że mamy nawet egipskie mauzolea i po zakopiańsku ozdobione nagrobki i t. d. i t. p. Lecz, zanim sami piękne od brzydkiego odróżnić potrafią (nie zważając na cenę danego dzieła sztuki, czy materjał, z jakiego jst wykonane), pokażmy grobowce i nagrobki z najważniejszych bezsprzecznie najważniejsze. Więc postać kobiecą „Smutek", co taką cudną, przejrzystą ma na twarzy zasłonę... z kamienia (grób rodziny Hermanów, kwatera T, rząd 6), najlepsze dzieło Syrewicza; ogromną alegoryczną płaskorzeźbę z bronzu: piękna grupa ludzi, wpatrzonych w okolicę Wilna (grób Mankielewicza, kw. 4, rz. 1); wyżła Asa, sowę i mysikrólika u Dygasińskiego (kw. 84, rząd 5); tak zrozumiałe już dla najmłodszych dziecko, obejmujące miłośnie grobowiec z napisem: „Serce serc" — Prusa (kw. 209, rz. 1); wieśniaka w sukmanie, czytającego „Gazetę Świąteczną" — na grobie Promyka (kw. T, rz. 1); pacholę, zasłuchane w opowieść prządki u Glogera (kw. 52, rz. 2)... Wytłumaczmy, że anioł, rzucający kiście maku, usypia do snu wiecznego, „nieprzespanego" (aniołów i aniołków pięknych, a tak dzieciom bliskich dużo jest na Powązkach); że lilijkę złamaną kładzie się na grobie dzieciny dobrej, bezgrzesznej... Zwróćmy uwagę, że napisy na cmentarzu są w przeróżnych językach, bo spoczywają tam przedstawiciele różnych, różnych narodów, a i obcy też wojacy, którzy padli za sprawę naszą (pomnik na grobie wspólnym wojskowych francuskich — kw. U). Dziatwa zaś sama z pewnością spyta, czemu armata na grobie, prawdziwa armata i co tu robią śmigi aeroplanu, kosiarz z kosą, konie? A chłopiec z czarnego marmuru czemu na ławce siedzi?

Odszukanie grobów pięknych, czy ludzi sławnych, ułatwi „Przewodnik po cmentarzach warszawskich" — dr. Orłowicza, wydawnictwo Towarzystwa Krajoznawczego (cena gr. 65), mogiłę zaś 5 Poległych (kw. 178, rz. 6), czy drogę do ks. Skorupki (kw. 244, rz. 5), każdy na Powązkach wskaże.

Józefa Gażyńska.





Usposobienie matki.



Mało, bardzo mało, jest matek, któreby mogły powiedzieć, że ich postępowanie z dzieckiem zawsze było wzorowe, że, panując nad swemi nerwami, nigdy nie uniosły się gniewem, czy też nie wywarły złości na dziecku. Czasem znów matki w chwilach radości pozwalają maleństwu na wszystko, zasypując je pieszczotami i podarunkami.

Dużo znalazłoby się takich wykroczeń przeciw dziecku w życiu każdej matki. Jakże my same nie spostrzegamy tych naszych drobnych niesprawiedliwości, które tak głęboko nieraz odczute są przez dziecko!

Na kształtowanie charakteru dziecka składa się wiele czynników, ale chyba największy wpływ ma postępowanie matki. A ono jest znów wynikiem jej usposobienia. Skoro więc nasze usposobienie ma taki wpływ na dziecko, należy zwrócić nań jak najbaczniejszą uwagę.

Cechą najbardziej pożądaną dla matki-wychowawczyni będzie równowaga duchowa. Jedynie równe, pełne pogody, łagodności i miłości postępowanie matki może zapewnić dziecku normalny i harmonijny rozwój duchowy. Wszelkie nagłe zmiany w usposobieniu działają fatalnie na stan nerwowy i całą psychikę dziecka.

Wyobraźmy sobie matkę, która raz pozwala bawić się dziecku, jak mu się zamarzy, sama nawet bawi się z niem hałaśliwie i bezwzględnie wobec otoczenia osób, kiedyindziej znów nie pozwala pobiegać naokoło stołu, bo ją to denerwuje. Dziecko jest zdezorjentowane. W ostateczności czuje się pokrzywdzone zakazem, którego słuszności nie może zrozumieć.

Jeśli nas nie stać na dobry humor i wyrozumiałość dla ruchliwości dziecięcej, to lepiej wogóle nauczyć dzieci spokoju w zabawie.

Albo też: czyż może normalnie rozwijać się maleństwo, które raz jest zasypywane pieszczotami, innym znów razem, choć łasi się, jak kociak, o najmniejszą pieszczotę, zyskuje tylko ofuknięcie i złość?

Skutkiem takiego postępowania matki, mała istotka staje się skryta, albo narzucająca, zależnie od wrodzonych predyspozycyj. Przytem stosunek do rodziców również narażony

jest na przeróżne niebezpieczeństwa.

Bywa, że dziecko, odtrącone w chwili złego humoru, raz na zawsze traci odwagę okazywania swych uczuć rodzicom. Inne znów, bardziej zawzięte, zatnie się i długo będzie nieczułe na serdeczność matki lub ojca, albo wręcz będzie żywić głuchą złość, która z czasem minie, ale nieraz zostawi trwałe ślady w postaci niechęci do rodziców.



Skoro więc nasze usposobienie ma tak wielki wpływ na dziecko, musimy włożyć dużo pracy, by stało się ono równe, niezależne od chwilowych nastrojów. Od tego obowiązku pracy nad sobą nie zwalnia nas wiek, bo przecież skoro jesteśmy dorośli, to właśnie wymaga się od nas właściwego postępowania. Śmieszne jest, gdy ktoś mówi, że jest za stary, by się zmieniał. Czyż nie zmieniamy się? Życie samo nas zmienia! Chodzi tylko, abyśmy nie ulegali stetryczeniu, a w niepowodzeniach byśmy zachowali równowagę ducha i pogodę.

Przytem pamiętajmy, że nie wystarczy raz zastanowić się nad sobą. Praca nad sobą jest żmudna, trudna i bezustanna. Jeśli ktoś ma usposobienie z natury zrównoważone, z łatwością zachowa spokój w każdej sytuacji. Jednakże, nawet i taki człowiek musi uważać, by usposobienie jego się nie zmieniało. Łatwo bowiem popaść w rozdrażnienie, gdy życie postawi nas wobec takiego splotu warunków, że tylko najwyższem opanowaniem zdołamy zachować równowagę.

Oczywiście, że ci ludzie, którzy nie mają z natury równego charakteru, trudniej oprą się popadaniu w różne nastroje. Im trudniej będzie postępować taktownie z dzieckiem, nie ulegać swemu chwilowemu usposobieniu. Nie należy jednak zniechęcać się trudnościami. Choć nie dojdziemy do ideału, to czyż nie lepiej raz postąpić niewłaściwie, niż ciągle zasępiać wiośniane dni naszych dzieci swojem nierównem usposobieniem.

A. B. Malatyńska.

Tylko w rodzinie przejętej miłością i dążeniem do prawdy prawidłowo kształtuje się charakter, przyzwyczajenie i wola dziecka.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. Pani Halinie Kowalskiej. — W sprawie odżywiania 15-miesięcznego synka odsyłamy Panią od artykułu Dr. Glińskiej. Nr. 10 „Mł. M." z 1932 r.

Co do małego przyrostu wagi oraz spóźnionego chodzenia, trudno jest nam na odległość się wypowiedzieć. Mogą na to wpływać rozmaite czynniki, między innemi, przebyta krzywica. Uważamy, że wskazane byłoby pokazać dziecko lekarzowi, specjaliście chorób dzieci.

Możliwe jest, że po zastosowaniu jedynie warunków higjeniczno-djetetycznych oraz tranu w ilości 1½ łyż. od herb., stan dziecka poprawi się.

2. Pani Jadwidze Jaworskiej. — Wzrost synka Pani odpowiada przeciętnej normie, natomiast waga jest znacznie niższa. Ponieważ synek Pani w niedługim czasie kończy ½ roku, należy przejść z nim na 5-ciokrotne odżywianie, w odstępach 3½-godzinnych. Przytem 4 razy pierś w ilości 180 gr. na porcję. W razie niedostatecznej ilości pokarmu, brak uzupełnić mieszanką o składzie 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1½ łyż od herb. cukru na 100 gr. mieszanki. Dożywianie samym kleikiem bez mleka jest niedostateczne. 2—3 stolce wolne na dobę nie powinny Pani powstrzymywać od podawania mleka.

Jako 5-te jedzenie w porze południowej: kaszka manna na smaku z jarzyn i jarzyny.

3. *Matce Reni.* — Sądząc z opisu Pani, córeczka ma skazę artretyczną. Występowanie wysypki najprawdopodobniej uzależnione jest od spożywania jaj w kluseczkach, dość dużej ilości mleka, lub też rosołów. Naogół djeta rocznego dziecka nie powinna zawierać zupełnie jaj, ilość mleka nie powinna przekraczać ½ litra, a nawet w przypadku wysypki artretycznej powinna wynosić 350 — 400 gr.

Co do ogólnej djety dziecka rocznego, odsyłamy Panią do artykułu dr. Glińskiej. Nr. 10 „Mł. M.". 1932.

Co do zewnętrznego działania na wysypkę polecamy kąpiele z kory dębowej i z krochmalu, oraz smarowanie świeżych wyrzutów spirytusem z mentolem i przysypywanie pudrem.

4. *Pani Wali Poli.* — Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

5. *Pani Marji Buczkowskiej.* — Za śliczną fotografję Leszka dziękujemy. Koszt kliszy do pisma ponosi administracja.

6. *Pani Eugenji Godowskiej.* — Serdecznie dziękujemy za miły list i słowa uznania, za propagandę i zaufanie. Postaramy się, ażeby Sz. P. znlazła dla siebie w „Mł. M." to, czego szuka. Przypominamy o artykułach „Bazgroty dziecięce" p. Martynowicz, Nr.Nr. 9—10 „Mł. M." oraz o książce M. Weryho - Radziwiłłowiczowej: „Metodyka wychowania przedszkolnego", w której znajdzie Sz. P. dla siebie wiele cennego materjału. „Dusza dziecka" Sully'ego kosztuje 10—12 zł. i dostanie Sz. P. w „Naszej księgarni", Świętokrzyska 18.

Bardziej wyczerpujących informacyj oraz odpowiedź w sprawie programu podamy w następnym numerze.

7. *Pani Blance Kemplerowej.* — Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.